

๒๑/๓๑/๑๐

สำนักงานสาธารณสุขจังหวัด
พระนครศรีอยุธยา
ที่เลขที่ ๑๓๖๒
วันที่ ๒๕ ต.ค. ๒๕๕๖
เวลา ๑๕.๐๐



ที่ สธ ๐๒๐๑.๐๑/ว ๙๓๗

ถึง กรม สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา องค์การเภสัชกรรม หน่วยงานในสังกัดสำนักงาน
ปลัดกระทรวงสาธารณสุข สำนักงานสาธารณสุขจังหวัด โรงพยาบาลศูนย์ โรงพยาบาลทั่วไป

ที่เลขที่ ๑๓๖๒
วันที่ ๒๕ ต.ค. ๒๕๕๖
เวลา ๑๕.๐๐

พร้อมนี้ ขอส่งสำเนาหนังสือศูนย์บริการพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
ที่ ศธ ๖๓๙๓(๗.๑๘.๑)/๘๗๙ ลงวันที่ ๒๖ กันยายน ๒๕๕๖ เรื่อง ขอเชิญบุคลากรในสังกัดเข้าร่วมโครงการ
การเตรียมพร้อมการเกษียณอายุ และขอความอนุเคราะห์ประชาสัมพันธ์ รายละเอียดตามเอกสารที่แนบ


จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบและประชาสัมพันธ์ให้หน่วยงานในสังกัดทราบด้วย จะเป็นพระคุณ

เขียน หัวหน้ากลุ่มงาน ศิริมาคณาคุณภาพ
 คำเนินการ

 (ศิริมาคณาคุณภาพ)
 นักวิเคราะห์นโยบายและแผน สำนักงานปลัดกระทรวง
 กระทรวงสาธารณสุข สำนักงานสาธารณสุขจังหวัด พระนครศรีอยุธยา
 ๒๕ ต.ค. ๒๕๕๖



สำนักงานปลัดกระทรวง
 สำนักบริหารกลาง
 กลุ่มบริหารทั่วไป
 โทร ๐ ๒๕๔๐ ๑๑๗๒
 โทรสาร ๐ ๒๕๔๐ ๑๑๗๔
 ไปรษณีย์อิเล็กทรอนิกส์ general@health2.moph.go.th

- มอบคุณกฤษิณี
 ขจรศิริสินธุ์

 ๒๕ ต.ค. ๒๕๕๖

๒



ศูนย์บริการพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
 Nursing Services Center, Faculty of Nursing Chiang Mai University.
 ๑๑๐ ถนนอินทวิโรด ตำบลศรีภูมิ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ ๕๐๒๐๐
 โทรศัพท์ (๐๕๓) ๙๔๖๐๓๔ , ๙๔๙๑๕๑, ๐๘๓-๙๙๒๕๘๒๘ โทรสาร (๐๕๓) ๒๑๒๖๒๙

ที่ ศธ ๖๓๙๓(๗.๑๘.๑)/๘๗๙

๒๖ กันยายน ๒๕๕๖

859
 ๒๖ กันยายน ๒๕๕๖
 ๒๖ กันยายน ๒๕๕๖

เรื่อง ขอเชิญบุคลากรในสังกัดเข้าร่วมโครงการ การเตรียมพร้อมการเกษียณอายุ และขอความอนุเคราะห์
 ประชาสัมพันธ์

เรียน ปลัดกระทรวงสาธารณสุข

- สิ่งที่ส่งมาด้วย
๑. ใบประชาสัมพันธ์โครงการอบรม
 ๒. แผ่นพับรายละเอียดโครงการ
 ๓. ใบสมัคร และ แบบแสดงความจำนงสำรองที่พัก

ผู้อำนวยการ
 มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
 15852
 20 ต.ค. 56
 10:15

ด้วยศูนย์บริการพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ จะดำเนินการจัดโครงการ
 การเตรียมพร้อมการเกษียณอายุ รุ่นที่ ๔/๒๕๕๖, ๑/๒๕๕๗ และ ๒/๒๕๕๗ "คุณค่าของผู้สูงวัย ในวัยเกษียณ" ณ
 จังหวัดเชียงใหม่ ระยะเวลาการจัดโครงการ ดังต่อไปนี้ (รายละเอียดตามแนบ)

รุ่นที่ ๔/๒๕๕๖ ระหว่างวันที่ ๑๐-๑๓ ธันวาคม ๒๕๕๖

- ๑๐ ธันวาคม ๒๕๕๖ ณ โรงแรมลานนาพาเลซ จ.เชียงใหม่
- ๑๑-๑๓ ธันวาคม ๒๕๕๖ ณ สวนพฤกษศาสตร์ทวีชล จ.เชียงใหม่

รุ่นที่ ๑/๒๕๕๗ ระหว่างวันที่ ๒๙ มกราคม - ๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๗

- ๒๙ มกราคม ๒๕๕๗ ณ โรงแรมธาริน จ.เชียงใหม่
- ๓๐ มกราคม - ๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๗ ณ สวนพฤกษศาสตร์ทวีชล จ.เชียงใหม่

รุ่นที่ ๒/๒๕๕๗ ระหว่างวันที่ ๑๐-๑๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๗

- ๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๗ ณ โรงแรมธาริน จ.เชียงใหม่
- ๑๑-๑๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๗ ณ สวนพฤกษศาสตร์ทวีชล จ.เชียงใหม่

ศูนย์บริการพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ พิจารณาเห็นว่า การอบรม
 ดังกล่าวจะเป็นประโยชน์อย่างยิ่งต่อบุคลากรในหน่วยงานของท่าน จึงขอเรียนเชิญผู้สนใจเข้าร่วมโครงการดังกล่าว
 สำหรับข้าราชการสามารถเบิกค่าลงทะเบียนและค่าใช้จ่ายต่างๆ ได้ตามระเบียบของราชการตามหนังสือ
 กระทรวงการคลัง ที่ กค๐๔๐๙.๖/ว.๑๒๒ ลงวันที่ ๒๗ ธันวาคม ๒๕๔๕ และไม่ถือเป็นวันลา ทั้งนี้ เมื่อได้รับอนุญาต
 ให้เข้าร่วมอบรมจากหน่วยงานต้นสังกัดแล้ว โปรดส่งใบสมัครพร้อมสำเนาใบชำระค่าลงทะเบียน และแบบแสดง
 ความจำนงสำรองที่พัก มายังศูนย์บริการพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ และสามารถดาวน์โหลด
 ใบสมัครเพิ่มเติมได้ที่ www.nurse.cmu.ac.th/nsccmu

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา และให้ความอนุเคราะห์ประชาสัมพันธ์ด้วย จักเป็นพระคุณยิ่ง

ศาสตราจารย์
 โปรดดำเนินการ

(นางนันทพร มานะเนตร)

นักจัดการรวมทั่วไปชำนาญการ

ปฏิบัติหน้าที่ผู้อำนวยการกลุ่มบริหารทั่วไป

๑๘ ต.ค. ๕๖

รองศาสตราจารย์
 โปรดดำเนินการ

(นางวารุณี ภริญา)

นักจัดการรวมทั่วไปชำนาญการ

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร. เรมवल นันทคุงวิวัฒน์)

ผู้อำนวยการศูนย์บริการพยาบาล

ผู้อำนวยการศูนย์บริการพยาบาล

(Handwritten signature)

ใบสมัครลงทะเบียน

โครงการเตรียมพร้อมการเกษียณอายุ

รุ่นที่ 4/2556, 1/2557 และ 2/2557

"คุณค่าของผู้สูงวัย ในวัยเกษียณ"

จัดโดย ศูนย์บริการพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ชื่อ-สกุล.....
หน่วยงาน.....ตำแหน่ง.....
ที่อยู่ติดต่อได้.....
โทรศัพท์.....โทรสาร.....
E-Mail.....

กรุณาเลือกรุ่นที่ต้องการสมัคร และค่าลงทะเบียน

- รุ่นที่ 4/2556 วันอังคารที่ 10 - วันศุกร์ที่ 13 ธันวาคม 2556
* ปีได้รับสมัครวันศุกร์ที่ 22 พฤศจิกายน 2556
 ชำระเงินภายในวันที่ 1 พฤศจิกายน 7,300 บาท ชำระเงินหลังวันที่ 1 พฤศจิกายน 7,600 บาท
- รุ่นที่ 1/2557 วันพุธที่ 29 มกราคม- วันเสาร์ที่ 1 กุมภาพันธ์ 2557
* ปีได้รับสมัครวันศุกร์ที่ 10 มกราคม 2557
 ชำระเงินภายในวันที่ 6 ธันวาคม 7,300 บาท ชำระเงินหลังวันที่ 6 ธันวาคม 7,600 บาท
- รุ่นที่ 2/2557 วันจันทร์ที่ 10 - วันพฤหัสบดีที่ 13 กุมภาพันธ์ 2557
* ปีได้รับสมัครวันศุกร์ที่ 17 มกราคม 2557
 ชำระเงินภายในวันที่ 20 ธันวาคม 7,300 บาท ชำระเงินหลังวันที่ 20 ธันวาคม 7,600 บาท

เอกสารประกอบการสมัคร

1. ใบสมัครลงทะเบียน 1 ฉบับ
2. สำเนาใบโอนเงินชำระค่าลงทะเบียน 1 ฉบับ

โปรดส่งเอกสารประกอบการสมัครพร้อมชำระค่าลงทะเบียนตามวันเวลาที่กำหนด

โดยชำระค่าลงทะเบียนผ่านบัญชีออมทรัพย์ธนาคารไทยพาณิชย์ สาขาคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
ชื่อบัญชี "ศูนย์บริการพยาบาล มหาวิทยาลัยเชียงใหม่" เลขที่บัญชี 566-4-12445-8

ช่องทางการส่งเอกสารประกอบการสมัคร

1. ทางโทรสาร หมายเลข 053-212629
2. ทาง E-mail nscdmunews@gmail.com
3. ทางไปรษณีย์ ถึง ศูนย์บริการพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ 110 ถ.อินทวิโรด ต.ศรีภูมิ
อ.เมือง จ.เชียงใหม่ 50200

หมายเหตุ

- โปรดลงทะเบียนล่วงหน้า และกรุณาส่งหลักฐานการชำระเงินภายในวันที่ท่านโอน การสมัครจะสมบูรณ์เมื่อได้รับใบสมัครและค่าลงทะเบียนแล้ว
- กรณีที่ผู้สมัครไม่สามารถเข้าร่วมประชุมได้ ศูนย์บริการพยาบาลขอสงวนสิทธิ์ไม่คืนค่าลงทะเบียน และจะจัดส่งเอกสารประกอบการสมัครให้กับผู้สมัครตามที่อยู่ที่ระบุไว้ในใบสมัครของท่าน
- วันที่ 7 - 9 กุมภาพันธ์ 2557 จะมีงานมหกรรมไม่ทอดไม้ประดู่ ผู้สมัครลงทะเบียนรุ่น 2/2557 กรุณาจองตั๋วการเดินทางล่วงหน้า เนื่องจากจะมีนักท่องเที่ยวมาจังหวัดเชียงใหม่จำนวนมาก หรือท่านอาจเดินทางล่วงหน้าเพื่อความสะดวกแม้หากไม่ประสงค์ที่สวยงามก่อนเข้าร่วมโครงการได้เช่นกัน
- **ไม่รับลงทะเบียนหน้างาน**

ด่วน รับจำนวนจำกัด !!!

แบบแสดงความจำนงสำรองที่พัก

โครงการการเตรียมพร้อมการเกษียณอายุ

รุ่นที่ 4/2556, 1/2557 และ 2/2557

“คุณค่าของผู้สูงวัย ในวัยเกษียณ”

จัดโดย ศูนย์บริการพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ชื่อผู้จอง.....

หน่วยงาน.....

ที่อยู่.....

โทรศัพท์..... โทรสาร. (FAX).....

โทรศัพท์มือถือ..... E-Mail

1. ข้าพเจ้าขอสำรองห้องพักที่โรงแรมคุ้มกุคำและสวนพฤกษศาสตร์ทวีชลจังหวัดเชียงใหม่

เพื่อเข้าร่วมโครงการการเตรียมพร้อมการเกษียณอายุ

รุ่นที่ 4/2556 รุ่นที่ 1/2557 รุ่นที่ 2/2557

2. การเข้าพัก

พักคู่โดยให้ทางผู้จัดโครงการจับคู่ให้

พักคู่ โดยพักกับ นาย/นาง/นางสาว.....

พักเดี่ยว **กรุณาชำระค่าที่พักเพิ่มจากค่าลงทะเบียน 2,000 บาท

* โดยชำระผ่านบัญชีออมทรัพย์ธนาคารไทยพาณิชย์ สาขาคณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
ชื่อบัญชี "ศูนย์บริการพยาบาล มหาวิทยาลัยเชียงใหม่" เลขที่บัญชี 566-4-12445-8

3. รายละเอียดประเภทของอาหาร

อาหารปกติ

อาหารเจ

อาหารมุสลิม

มังสวิรัติ

4. ในวันสุดท้ายของการอบรม ข้าพเจ้าต้องการรถไปส่งยัง

ท่าอากาศยานนานาชาติเชียงใหม่ สถานีขนส่งจังหวัดเชียงใหม่ สถานีรถไฟจังหวัดเชียงใหม่

*ศูนย์บริการพยาบาลจะเตรียมพาหนะเพื่อไปส่งท่านเวลาประมาณ 16.00 น. เมื่อเสร็จสิ้นกิจกรรมในวันสุดท้ายของโครงการ
เท่านั้น จึงขอความกรุณาจองตัวเดินทางกลับหลังเวลา 18.00 น.

** ค่าลงทะเบียนครอบคลุมค่าที่พักในวันและสถานที่ที่กำหนดข้างต้นเท่านั้น หากผู้เข้าอบรมต้องการเข้าพักล่วงหน้า หรือ
หลังจากวันที่จัดอบรม กรุณาติดต่อทางโรงแรมด้วยตัวท่านเอง

กรุณาส่งแบบแสดงความจำนงสำรองที่พัก พร้อมสำเนาการชำระเงิน มายัง ศูนย์บริการพยาบาล พร้อมกับใบสมัคร
ลงทะเบียน ภายในวันปิดรับสมัคร

ติดต่อโรงแรมคุ้มกุคำ

คุณมยุรี (อ้อ) พรรติ (ผู้จัดการฝ่ายขาย)

โทรศัพท์ 080-4949036, 088-2584932

Email: aormayuree@hotmail.co.th

โรงแรมคุ้มกุคำ

โทรศัพท์: 053-400450

โทรสาร: 053-222960

www.chiangmaikhumphu.com.th

ติดต่อ Horizon Village & Resort and

Tweechol Botanic Garden

(สวนพฤกษศาสตร์ทวีชล)

คุณพิมพ์ดา สนธิ (ผู้จัดการฝ่ายขาย)

โทรศัพท์: 0-5386-8891-3 # 1807

โทรศัพท์มือถือ: 087-8020297

โทรสาร: 0-5386- 8894

www.horizonvillage.net

www.chiangmaihorizon.com

โรงแรมลานนาพาเลซ

คุณกมลชนก ศิวา

โทรศัพท์ 053-819277 ต่อ 263

หรือ 087-1828243

โทรสาร 053-819222

www.lannapalace2004.com/

ศูนย์บริการพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ ม.ช.

ขอเชิญผู้ที่มีอายุ 55—65 ปี เข้าร่วม



โครงการการเตรียมพร้อมการเกษียณอายุ “คุณค่าของผู้สูงวัย ในวัยเกษียณ”

รุ่นที่ 4/2556 วันอังคารที่ 10 - วันศุกร์ที่ 13 ธันวาคม 2556

*ปิดรับสมัครวันศุกร์ที่ 22 พฤศจิกายน 2556

รุ่นที่ 1/2557 วันพุธที่ 29 มกราคม- วันเสาร์ที่ 1 กุมภาพันธ์ 2557

*ปิดรับสมัครวันศุกร์ที่ 10 มกราคม 2557

รุ่นที่ 2/2557 วันจันทร์ที่ 10 - วันพฤหัสบดีที่ 13 กุมภาพันธ์ 2557

*ปิดรับสมัครวันศุกร์ที่ 17 มกราคม 2557

ศูนย์บริการพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ขอเชิญเข้าร่วมโครงการ การเตรียมพร้อมการเกษียณอายุ “คุณค่าของผู้สูงวัย ในวัยเกษียณ” รุ่นที่ 4/2556, 1/2557 และ 2/2557 ณ โรงแรมคุ้มกุคำ/โรงแรมลานนาพาเลซ และ สวนพฤกษศาสตร์ทวิชล ระยะเวลาดำเนินการ 3 วัน ท่านจะได้ฟังการบรรยายหลากหลาย หัวข้อที่มีประโยชน์เพื่อให้ผู้เข้าร่วมโครงการได้รับความรู้ ความเข้าใจสำหรับเตรียมความพร้อมก่อนการเกษียณอายุ อย่างเป็นองค์รวม ได้แก่ ร่างกาย จิตใจ จิตวิญญาณและสังคม นอกจากนี้ ผู้เข้าร่วมโครงการจะได้เดินทางท่องเที่ยวใน จังหวัดเชียงใหม่ ทั้งอิมบิอุและอิมใจไปกับการเยี่ยมชมและ นมัสการวัดสำคัญของจังหวัด อาทิ วัดพระธาตุดอยสุเทพ และวัดป่าดาราภิรมย์ ประทับใจกับความสวยงามของ พระตำหนักภูพิงคราชนิเวศน์ เพลิดเพลินกับการแสดง ของสัตว์ ณ ปางช้างแม่สาใกล้จิตรธรรมชาติ ณ สวนพฤกษศาสตร์สมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ รับประทานอาหารแบบบุฟเฟต์ทั้งสิ้น 10 มีตลอดการอบรมและ พิธีมอบเข็มกับบรรยากาศธรรมชาติที่ร่มรื่นภายในสวนพฤกษศาสตร์ทวิชล และการต้อนรับท่านอย่างอบอุ่นด้วยทีมงานที่ได้รับการตอบรับอย่างดีเยี่ยมจากโครงการครั้งที่ผ่านมา

ช่องทางการรับสมัคร

1. ดาวน์โหลดใบสมัครและรายละเอียดได้ทาง www.nurse.cmu.ac.th/nsccmu
2. ชำระค่าลงทะเบียนตามรายละเอียดในเว็บไซต์
3. ส่งใบสมัครลงทะเบียน และสำเนาใบชำระค่าลงทะเบียน

ค่าสมัครลงทะเบียน

7,300 — 7,600 บาท

*อ่านรายละเอียดเพิ่มเติมในใบสมัคร

สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติม

โทรศัพท์: 053-946074, 053-949151, 081-9925828

โทรสาร: 053-212629

Email: nsccmunews@gmail.com

Facebook: www.facebook.com/nsccmu

Website: www.nurse.cmu.ac.th/nsccmu



สมัครด่วน รับจำนวนจำกัด

14.15 - 15.15 น. เดินทางเข้าที่พัก Tweechol Botanic garden
 15.15 - 16.00 น. **รับบุญแดงเข้าห้องพัก เก็บสัมภาระให้เรียบร้อย

16.00 - 17.30 น. * (กรุณาสามใส่เสื้อผ้าสบายสำหรับออกกำลังกาย)
 17.30 - 18.30 น. นั่งรถชมศูนย์รวมพันธุ์ไม้ ณ สวนพฤกษศาสตร์ศรีวิจัก
 18.30 - 20.00 น. ออกทำสิ่งกายร่วมกัน (เด้าต่ออินซัน)
 รับประทานอาหารเย็น
 20.00 น. เป็นอันไป เจริญพักผ่อนตามอัธยาศัย

วันที่ 3

05.00 น. Morning call
 07.45 - 08.00 น. ลงทะเบียนบริเวณหน้าห้องประชุม
 08.00 - 10.15 น. บรรยาย กฎหมายและสิทธิประโยชน์ต่างๆ ของผู้สูงอายุ
 10.30 - 12.00 น. บรรยาย การพึ่งตนเองได้ของผู้สูงอายุ
 "สุขภาพแบบองค์รวม"
 12.00 - 13.00 น. รับประทานอาหารกลางวัน
 13.00 - 15.00 น. บรรยาย การปรับตัวทางผู้สูงอายุให้เข้ากับสังคมยุคใหม่
 15.15 - 16.00 น. บรรยาย วางแผนเกษียณทั้งที มีอะไรที่ต้องคิดบ้าง
 16.00 - 16.30 น. สรุปลาทัวร์กิจกรรม คุณค่าผู้สูงอายุ ในวัยเกษียณ
 16.30 - 17.30 น. ทักสอนตามอัธยาศัย
 17.30 - 18.30 น. ออกกำลังกายร่วมกัน (เด้าต่ออินซัน)
 18.30 - 20.00 น. รับประทานอาหารเย็นร่วมกัน
 20.00 น. เป็นอันไป เจริญพักผ่อนตามอัธยาศัย

วันที่ 4

05.00 น. Morning call
 05.00 - 07.30 น. ปฏิบัติภารกิจส่วนตัว/ เก็บสัมภาระมาไว้ที่บริเวณล็อบบี้โรงแรมเพื่อเตรียมทำกิจกรรม
 07.30 - 08.30 น. คั้นบุญแดงห้องพักและรับประทานอาหารเช้า
 08.30 - 09.30 น. ออกเดินทางไปยังวัดพระธาตุยาคอยสุเทพ
 ชมทัศนียภาพเมืองเชียงใหม่และกราบสักการะพระธาตุนางพญา
 09.30 - 11.30 น. รับประทานอาหารกลางวันและกราบสักการะพระธาตุนางพญา
 เดินทางสู่พระตำหนักยุคลงคราญนิเวศน์ ชมอนุสาวรีย์สามกษัตริย์และพระตำหนักอินจันดาม
 11.30 - 12.30 น. ออกเดินทางกลับสู่ตัวเมืองเชียงใหม่ และรับประทานอาหารกลางวัน
 12.30 - 15.00 น. เดินทางเข้าเยี่ยมชมโบราณสถาน นครใต้พิภพ
 เวียงกุมกาม เมืองหลวงแห่งแรกของล้านนา
 15.00 - 16.00 น. เดินทางกลับเข้าสู่เมืองเชียงใหม่ โดยสวัสดิภาพ

*หมายเหตุ ขอให้ผู้ร่วมโครงการทุกท่านองตัวเดินทางกลับ ตั้งแต่เวลา 18.00 น. เป็นต้นไป

** กำหนดการอาจมีการเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสม โดยไม่แจ้งให้ทราบ

ค่าลงทะเบียน

รุ่นที่ 4 ระหว่างวันอังคารที่ 10 - วันศุกร์ที่ 13 ธันวาคม 2556

- บัตรสมัครรับศูกรที่ 22 พฤศจิกายน 2556
- ค่าลงทะเบียนในวันที่ 1 พฤศจิกายน 7,300 บาท
- ค่าระมัดพันธ์วันที่ 1 พฤศจิกายน 7,600 บาท

รุ่นที่ 5 ระหว่างวันพุธที่ 29 มกราคม- วันเสาร์ที่ 1 กุมภาพันธ์ 2557

- บัตรสมัครรับศูกรที่ 10 มกราคม 2557
- ค่าลงทะเบียนในวันที่ 6 ธันวาคม 7,300 บาท
- ค่าระมัดพันธ์วันที่ 6 ธันวาคม 7,600 บาท

รุ่นที่ 6 ระหว่างวันจันทร์ที่ 10 - วันพฤหัสบดีที่ 13 กุมภาพันธ์ 2557

- บัตรสมัครรับศูกรที่ 17 มกราคม 2557
- ค่าลงทะเบียนในวันที่ 20 ธันวาคม 7,300 บาท
- ค่าระมัดพันธ์วันที่ 20 ธันวาคม 7,600 บาท

** กรุณาสถิติฐานการชำระเงินภายในวันที่ท่านโอน

หมายเหตุ

- ค่าลงทะเบียนครอบคลุมค่าอาหารแบบบุฟเฟต์ 10 มื้อ หรืออาหารว่างค่าที่หัก 3 คืน ค่าพาหนะเดินทางไปยังสถานที่ที่กำหนด และส่งผู้เข้าอบรมยังสถานที่ขนส่ง/ ท่าอากาศยาน/ สถานีรถไฟ ในจังหวัดเชียงใหม่

- ศูนย์บริการพยาบาลของสงวนสิทธิ์เลื่อน/ ยกเลิกกิจกรรม หากมีผู้สมัครลงทะเบียนน้อยกว่า 40 คน

เอกสารประกอบการสมัคร

1. ใบสมัครลงทะเบียน 1 ฉบับ
 2. สำเนาใบโอนเงินชำระค่าลงทะเบียน 1 ฉบับ
- โปรดส่งเอกสารประกอบการสมัครพร้อมชำระค่าลงทะเบียนตามวันเวลาที่กำหนด โดยชำระค่าลงทะเบียนเป็นเงินสด
 มีชื่อและนามสกุลจริงในใบสมัครให้ตรงกับชื่อจริง สาขาของพยาบาล
 มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ชื่อบัญชี "ศูนย์บริการพยาบาล มหาวิทยาลัยเชียงใหม่" เลขที่บัญชี 566-4-12895-8

สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติม

โทรศัพท์: 053-946074, 053-949151, 081-9925828
 โทรสาร: 053-212629 Email: nscbcmnews@gmail.com
 Website: www.nurse.cmu.ac.th/nscbcmu



ศูนย์บริการพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

โครงการเตรียมพร้อมการเกษียณอายุ รุ่นที่ 4/2556, 1/2557 และ 2/2557

เรื่อง

“คุณค่าของผู้สูงอายุ ในวัยเกษียณ”

รุ่นที่ 4 ระหว่างวันที่ 10 -13 ธันวาคม 2556
 รุ่นที่ 5 ระหว่างวันที่ 29 มกราคม - 1 กุมภาพันธ์ 2557
 รุ่นที่ 6 ระหว่างวันที่ 10 -13 กุมภาพันธ์ 2557

ณ จังหวัดเชียงใหม่

จัดโดย

ศูนย์บริการพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ด้วย รั้วจำนวนจำกัด

โครงการเตรียมพร้อมการเกษียณอายุ

รุ่นที่ 4/2556, 1/2557 และ 2/2557
 “คุณค่าของผู้สูงวัย ในวัยเกษียณ”

หลักการและเหตุผล

เมื่อตัวผู้เกษียณอายุจะมีการเปลี่ยนแปลงทั้งสภาพภาพและบทบาททางสังคม จึงทำให้ผู้ที่กำลังเกษียณอายุประสบกับภาวะวิกฤตทางเวลา อาจมีปัญหาที่หาทางแก้ปัญหา จิตใจ และการใช้ชีวิตในด้านต่าง ๆ ที่กำลังจะเปลี่ยนแปลงไป การเตรียมความพร้อมอย่างเบ็ดเสร็จพร้อมสำหรับการตั้งคำถามจึงมีความจำเป็น เพื่อที่จะใช้ชีวิตภายหลังเกษียณอายุอย่างมีความสุขและมีความสุขทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ จิตวิญญาณ และสังคม

ศูนย์บริการพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ได้ตระหนักถึงความสำคัญของการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ จึงได้จัดโครงการขึ้นสำหรับข้าราชการ ลูกจ้าง พนักงาน รวมไปถึงบุคคลทั่วไปที่สนใจ ที่มีอายุระหว่าง 55 - 65 ปี เพื่อให้ความรู้ ข้อคิด และข้อปฏิบัติที่ได้จากการโครงการนี้ไปปรับใช้ในการดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุขและความสุขภาพหลังเกษียณอายุ โดยรูปแบบกิจกรรมประกอบด้วย การบรรยาย เสวนา และเปลี่ยนความคิดเห็นและประสบการณ์ กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ และทัศนศึกษาไปบริเวณจังหวัดเชียงใหม่ โดยศูนย์บริการพยาบาลฯ มุ่งหวังว่าผู้เข้าร่วมโครงการจะได้รับความรู้ ข้อคิด และประสบการณ์ เพื่อนำไปปรับใช้ในการดำเนินชีวิตหลังเกษียณอายุ และยังมีเอกสารที่มอบให้อีกด้วย

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมโครงการมีความรู้ ความเข้าใจในการเตรียมความพร้อมอย่างเบ็ดเสร็จรวม ก่อนการเกษียณอายุ ได้แก่ ร่างกาย จิตใจ จิตวิญญาณและสังคม
2. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมโครงการได้ทราบแนวทางการปฏิบัติตนภายหลังเกษียณอายุ และสามารถนำไปปรับใช้กับตนเองได้อย่างเหมาะสม เพื่อให้จะได้ดำรงชีวิตอย่างมีความสุขและมีความสุข

ผู้เข้าร่วมโครงการ

ผู้ที่มีอายุ 55 - 65 ปี ผู้เกษียณอายุ รั้งจากหน่วยงานราชการ รัฐวิสาหกิจ เอกชน องค์กรอิสระต่าง ๆ หรือผู้สนใจทั่วไป

ผู้รับผิดชอบโครงการ

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

วิทยากร

1. พระมหาสุกฤษ มหาวิจิตร เจ้าอาวาสวัดผ้าขาว ต.พระสิงห์ อ.เมือง จ.เชียงใหม่
2. ศาสตราจารย์เกียรติคุณ นพ.พงษ์ศิริ ปรารภนาท รองประธานสภาผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย และประธานสภาสมาคมสภาผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย จังหวัดเชียงใหม่
3. ศาสตราจารย์เกียรติคุณ ดร. นพ. ปิฎกจะ กุลพงษ์
4. รองศาสตราจารย์ ดร.เรณู นันทกุลวัฒน์ ผู้อำนวยการศูนย์บริการพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

5. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. วิฑูรย์ เหลืองรุ่งเรือง คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
6. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. พวงนงรายรัตน์ ศรีไชยรัตน์ คณะนิติศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
7. ศุภศิริ ห้วย สีสัพันธ์

พยาบาลวิชาชีพ โรงพยาบาลมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ จ.เชียงใหม่

วัน เวลา สถานที่

- รุ่นที่ 4/2556 ระหว่างวันที่ 10-13 ธันวาคม 2556
 10 ธันวาคม 2556 ณ โรงแรมลานนาพาเลซ จ.เชียงใหม่
 11-13 ธันวาคม 2556 ณ สวนพฤกษศาสตร์หลวง จ.เชียงใหม่
- รุ่นที่ 1/2557 ระหว่างวันที่ 29 มกราคม - 1 กุมภาพันธ์ 2557
 29 มกราคม 2557 ณ โรงแรมธวัช ๑ เชียงใหม่
 30 มกราคม - 1 กุมภาพันธ์ 2557 ณ สวนพฤกษศาสตร์หลวง จ.เชียงใหม่
- รุ่นที่ 2/2557 ระหว่างวันที่ 10-13 กุมภาพันธ์ 2557
 10 กุมภาพันธ์ 2557 ณ โรงแรมอโศก น.เชียงใหม่
 11-13 กุมภาพันธ์ 2557 ณ สวนพฤกษศาสตร์หลวง จ.เชียงใหม่
- ** ค่าลงทะเบียนครอบคลุมค่าที่พักในวัน และสถานที่ที่กำหนดข้างต้น เท่านั้น หากผู้เข้าร่วมต้องการเช่าที่พักล่วงหน้า หรือหลังจากวันที่จัดอบรม กรุณาติดต่อทางโรงแรมด้วยตัวท่านเอง

กำหนดการประชุม

วันที่ 1	วันที่ 2	วันที่ 3	วันที่ 4	วันที่ 5	วันที่ 6
<p>รุ่นที่ 4 วันอังคารที่ 10 ธันวาคม / รุ่นที่ 5 วันพุธที่ 29 มกราคม / รุ่นที่ 6 วันจันทร์ที่ 10 กุมภาพันธ์</p> <p>07.30 - 09.30 น. ลงทะเบียนพร้อมกัน ณ ห้องประชุมโรงแรม ทีทีบีอาคารอบรม - โครงการเตรียมพร้อมการเกษียณอายุ</p> <p>08.40 - 08.45 น. ชมวิดีโอแนะนำศูนย์บริการพยาบาล</p> <p>08.45 - 10.45 น. บรรยาย "วัยทองของสตรี"</p> <p>11.00 - 12.00 น. บรรยาย การดูแลสุขภาพที่บ้านและที่สาธารณะสำหรับผู้สูงอายุ</p> <p>12.00 - 13.00 น. รับประทานอาหารกลางวัน</p> <p>13.00 - 14.30 น. บรรยาย "แก้อาการปวดขา ร้อยอย่างมีคุณธรรม"</p> <p>14.45 - 16.30 น. บรรยาย "บทเรียนที่มีคุณค่าสำหรับผู้สูงวัย" และกล่าวปิดนิทรรศการเทิดทูนแม่และเจ้าพิทักษ์</p> <p>16.30 - 18.00 น. รับประทานอาหารค่ำที่ "ศูนย์พิทักษ์" ไปรับทราบ ที่ห้องประชุมอโศก</p> <p>18.00 - 20.00 น. รับประทานอาหารเย็นที่กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ พิธีมอบรางวัลอโศก</p>	<p>05.00 - 07.00 น. ปฏิบัติภารกิจส่วนตัว/เก็บสัมภาระ/นำกระเป๋าไปไว้ที่บริเวณห้องอบรมเพื่อเตรียมรับเช้าวันถัดไป/ รับประทานอาหารเช้า</p> <p>07.00 - 08.00 น. รับประทานอาหารกลางวัน</p> <p>08.00 - 09.30 น. ชมการนำชมสวนสุขภาพของช่าง อาทิต์ ช่างเทคนิค ช่างวัสดุ</p> <p>09.40 - 11.00 น. รับประทานอาหารกลางวัน</p> <p>11.00 - 13.00 น. รับประทานอาหารกลางวัน</p> <p>13.00 - 14.15 น. รับประทานอาหารกลางวัน</p>	<p>05.00 น. Morning call</p> <p>05.00 - 07.00 น. ปฏิบัติภารกิจส่วนตัว/เก็บสัมภาระ/นำกระเป๋าไปไว้ที่บริเวณห้องอบรมเพื่อเตรียมรับเช้าวันถัดไป/ รับประทานอาหารเช้า</p> <p>07.00 - 08.00 น. รับประทานอาหารกลางวัน</p> <p>08.00 - 09.30 น. ชมการนำชมสวนสุขภาพของช่าง อาทิต์ ช่างเทคนิค ช่างวัสดุ</p> <p>09.40 - 11.00 น. รับประทานอาหารกลางวัน</p> <p>11.00 - 13.00 น. รับประทานอาหารกลางวัน</p> <p>13.00 - 14.15 น. รับประทานอาหารกลางวัน</p>	<p>05.00 น. Morning call</p> <p>05.00 - 07.00 น. ปฏิบัติภารกิจส่วนตัว/เก็บสัมภาระ/นำกระเป๋าไปไว้ที่บริเวณห้องอบรมเพื่อเตรียมรับเช้าวันถัดไป/ รับประทานอาหารเช้า</p> <p>07.00 - 08.00 น. รับประทานอาหารกลางวัน</p> <p>08.00 - 09.30 น. ชมการนำชมสวนสุขภาพของช่าง อาทิต์ ช่างเทคนิค ช่างวัสดุ</p> <p>09.40 - 11.00 น. รับประทานอาหารกลางวัน</p> <p>11.00 - 13.00 น. รับประทานอาหารกลางวัน</p> <p>13.00 - 14.15 น. รับประทานอาหารกลางวัน</p>	<p>05.00 น. Morning call</p> <p>05.00 - 07.00 น. ปฏิบัติภารกิจส่วนตัว/เก็บสัมภาระ/นำกระเป๋าไปไว้ที่บริเวณห้องอบรมเพื่อเตรียมรับเช้าวันถัดไป/ รับประทานอาหารเช้า</p> <p>07.00 - 08.00 น. รับประทานอาหารกลางวัน</p> <p>08.00 - 09.30 น. ชมการนำชมสวนสุขภาพของช่าง อาทิต์ ช่างเทคนิค ช่างวัสดุ</p> <p>09.40 - 11.00 น. รับประทานอาหารกลางวัน</p> <p>11.00 - 13.00 น. รับประทานอาหารกลางวัน</p> <p>13.00 - 14.15 น. รับประทานอาหารกลางวัน</p>	<p>05.00 น. Morning call</p> <p>05.00 - 07.00 น. ปฏิบัติภารกิจส่วนตัว/เก็บสัมภาระ/นำกระเป๋าไปไว้ที่บริเวณห้องอบรมเพื่อเตรียมรับเช้าวันถัดไป/ รับประทานอาหารเช้า</p> <p>07.00 - 08.00 น. รับประทานอาหารกลางวัน</p> <p>08.00 - 09.30 น. ชมการนำชมสวนสุขภาพของช่าง อาทิต์ ช่างเทคนิค ช่างวัสดุ</p> <p>09.40 - 11.00 น. รับประทานอาหารกลางวัน</p> <p>11.00 - 13.00 น. รับประทานอาหารกลางวัน</p> <p>13.00 - 14.15 น. รับประทานอาหารกลางวัน</p>